



## คำสั่งสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง

ที่ ๑๕ / ๒๕๖๒

### เรื่อง นโยบายขับเคลื่อนองค์กรสร้างสุข สถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง

เพื่อให้บุคลากรสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมืองมีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งสุขภาพกายสุขภาพใจ และการเจริญเติบโตมั่นคงในอาชีพ ซึ่งในปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓ บรรลุตามเจตนารมณ์ประเด็นยุทธศาสตร์ กรมอนามัย ที่กำหนดให้มีการดำเนินงานตัวชี้วัดคาร์บรอง ๒.๒ ระดับความสำเร็จของการขับเคลื่อนองค์กรสร้างสุข จำนวน ๓ มิติ ประกอบด้วย

มิติที่ ๑ บุคลากรในองค์กรมีสุขภาพดี (Happy Body) กำหนดกิจกรรมและพฤติกรรมพึงประสงค์ ดังนี้

๑. บุคลากรทุกระดับต้องได้รับตรวจสุขภาพประจำปีและประเมินสมรรถนะร่างกาย
๒. บุคลากรที่มีผลการตรวจสุขภาพกลุ่มเสี่ยง ต้องเข้าร่วมกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ
๓. ด้านกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ บุคลากรมีวิถีชีวิตที่กระฉับกระฉ่างภายใต้สิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม เช่น ใช้บันไดแทนการใช้ลิฟต์ ยืดเหยียดกล้ามเนื้อระหว่างประชุม และมีกิจกรรมทางกายเพียงพออย่างน้อยวันละ ๓๐ นาที ๕ วันต่อสัปดาห์ หรือ ๑๕๐ นาทีต่อสัปดาห์
๔. ด้านโภชนาการเพื่อสุขภาพ บุคลากรเลือกกินอาหารให้ครบถ้วนตามหลักโภชนาการ กินผักอย่างน้อยมื้อละครึ่งจานและผลไม้รสหวานน้อยอย่างน้อยมื้อละ ๑ จาน รongถ้วยกาแฟ ทุกวัน ลดการกินอาหารหวาน มัน เค็ม และเติมน้ำเปล่าแทนเครื่องดื่มรสหวาน จัดอาหารว่างและอาหารกลางวัน เพื่อสุขภาพทุกครั้งที่มีการประชุม
๕. ด้านสุขภาพจิต สนับสนุนให้มีการนำสมาธิและสติมาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณค่าภายในตนเอง
๖. ด้านสิ่งแวดล้อมเพื่อสุขภาพ บุคลากรทุกกลุ่มงานดูแลและจัดการให้หน่วยงานเป็นสถานที่ทำงานที่น่าอยู่ นำทำงาน โดยใช้หลัก “สะอาด ปลอดภัย สิ่งแวดล้อมดี มีชีวิตชีวา คัดแยกขยะ ลดการใช้โฟมและพลาสติก” และบริโภคอาหารอย่างถูกหลักอนามัย “กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ”

มิติที่ ๒ การจัดการข้อมูลและความรู้ (Data Management & Knowledge Management) กำหนดกิจกรรมและพฤติกรรมพึงประสงค์ ดังนี้

๑. มีการจัดทำแผนการจัดการข้อมูลและความรู้ของหน่วยงาน
๒. สร้างบรรยากาศและสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ เพื่อขับเคลื่อนองค์กรเป็นสถาบันวิชาการส่งเสริมสุขภาพเขตเมือง
๓. สนับสนุนการพัฒนากระบวนการจัดการความรู้ วิจัยและนวัตกรรม ให้องค์กรดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพและสร้างสมดุลอนามัยสิ่งแวดล้อมเป็นองค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพและขยายผลไปสู่การปฏิบัติในพื้นที่เขตเมือง

๔. สร้างระบบแรงจูงใจ สนับสนุนพัฒนางานวิจัยและองค์ความรู้
๕. สนับสนุนให้บุคลากรภายในองค์กรผลิตองค์ความรู้และวิจัย

มิติที่ ๓ ความผูกพันต่อองค์กร กำหนดกิจกรรมและพฤติกรรมพึงประสงค์ ดังนี้

๑. จัดกิจกรรมเสริมสร้างความยึดมั่นผูกพันในองค์กร เพื่อให้บุคลากรทำกิจกรรมร่วมกัน มีความเชื่อมั่นอย่างแรงกล้าต่อองค์กร ยอมรับเป้าหมายและค่านิยมขององค์กร มีทัศนคติในเชิงบวกต่อองค์กร เป้าหมาย และค่านิยม พร้อมสนับสนุนการบรรลุวิสัยทัศน์ขององค์กร มีความรู้สึกว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งขององค์กร

๒. กำหนดคุณธรรมเป้าหมายจาก “ปัญหาที่ยากแก่” และ “ความดีที่ยากทำ” และคุณธรรม ๔ ประการ พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา เช่น การใช้วัสดุสำนักงานอย่างประหยัด มาปฏิบัติงานหรือเข้าร่วมประชุมตรงเวลา เข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสาช่วยเหลือสังคม เช่น การนำสิ่งของมาร่วมประมูล เพื่อสร้างการมีส่วนร่วมในองค์กร มีความเต็มใจที่จะทุ่มเทเพื่อประโยชน์ขององค์กร เสียสละ อุทิศตน พยายามทำงานเต็มความสามารถเพื่อให้องค์กรเป็นต้นแบบ ประสบผลสำเร็จบรรลุเป้าหมาย

๓. จัดกิจกรรมเสริมพลังคุณธรรมจริยธรรม เช่น การสวดมนต์ เจริญสมาธิของบุคลากร หรือการตักบาตร ทำบุญร่วมกัน เดือนละครั้ง เสริมสร้างขวัญกำลังใจ มีจิตใจให้บริการ เพื่อให้บุคลากรมีความภาคภูมิใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งขององค์กร บรรณาอย่างแรงกล้าที่จะคงไว้ซึ่งความเป็นสมาชิกภาพขององค์กร

๔. จัดกิจกรรมต้นแบบด้านสุขภาพ เช่น การออกกำลังกายสัปดาห์ละ ๑ ครั้ง หรือ ทุกวันพุธ เพื่อให้มีกิจกรรมความผูกพันระหว่างบุคลากร ต้นแบบการออกกำลังกายที่ดี เป็นค่านิยมที่ดีขององค์กร ทำให้บุคลากรรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งขององค์กรและยอมรับค่านิยมขององค์กร

๕. จัดกิจกรรมร่วมทำเมนูอาหารร่วมกับผู้บริหาร เพื่อให้บุคลากรมีส่วนร่วมในกิจกรรมขององค์กร ทุ่มเทแรงกายแรงใจในการปฏิบัติงาน และรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งขององค์กร

๖. จัดกิจกรรมยกย่องเชิดชูเกียรติ ประกาศเกียรติคุณ สร้างขวัญ กำลังใจและภาคภูมิใจในการมุ่งมั่นปฏิบัติงานให้บรรลุผลสัมฤทธิ์ของหน่วยงาน เช่น คนดีศรีอนามัยดีเด่นระดับกรม และระดับหน่วยงาน และบุคลากรได้รับการยกย่อง ชมเชยจากผู้รับบริการเป็นผู้ให้บริการที่ดี

ทั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ ๒๔ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๒ เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๒๔ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๒



(นายเกษม เวชสุทธานนท์)

ผู้อำนวยการสถาบันพัฒนาสุขภาพะเขตเมือง